

# 清 食育めも

つるつるのます"にまかめかめ

2021  
11月号

## 感謝と和の心を 忘れず"に...

清瀬市立清瀬第二中学校  
校長 牧口 弘一  
栄養士 鶴田 有里



### 11/23 勤労感謝の日



食事の挨拶には意味があります。

11月献立表でもご紹介しましたが、「いただきます」は生き物の命をいただくことへの感謝の気持ち、「ごちそうさま」には食事を作るために関わった人たちへの感謝の気持ちが、それぞれ込められています。

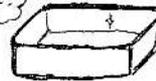
言葉の意味を知り、そこに込められた気持ちを行動で表すこ

とができる人になれたら素敵ですね♡

昼休みに直接  
感想を言ってくれる  
も嬉しい...♡



後片づけの様子からも  
気持ちが伝わってきます♡



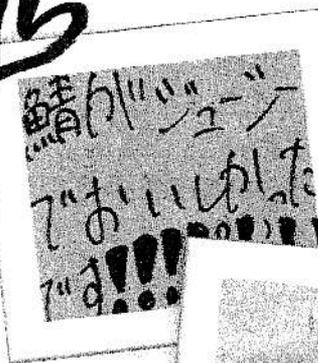
空っぽを返さる  
食法は最高に嬉しいです。



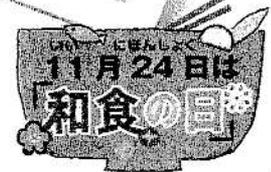
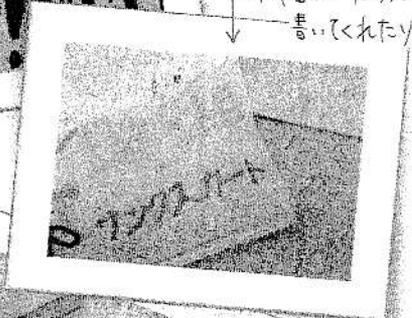
### 11月24日は「いい日本食の日」

「和食；日本人の伝統的な食文化」がユネスコ無形文化遺産に登録されていることをご存知ですか？これは、登録されているからスゴイ！！ということではなく、継承していくべき素敵な文化が失われつつありますよ、みんなで改めてその素晴らしさを知って、保護・継承していきましょうね！というものです。

清二中も例年和食、特に米飯食の食べ残しが多く、給食での課題の一つでした。でも今年は嬉しいことに、清二中学生、和食をモリモリ食べています！主食（米飯）を中心におかずの味を楽しむ和食の良さを、これからも感じていって欲しいと思います。



♡給食室には日々清二中生、気持ちが届いています♡  
←カードに感想を書いちゃってリ...  
1年生がサクサクカード書いてくれたリ...



※裏面には清瀬市内の小中学校で使用している給食食材の産地を掲載しています。(令和3年度8,9月分)

市立小・中学校給食食材産地表示

8.9月分

| 項目         | 産地                                | 項目             | 産地                             |
|------------|-----------------------------------|----------------|--------------------------------|
| <b>青果類</b> |                                   |                |                                |
| いんげん       | 青森 岩手                             | 梨              | 新潟 栃木 茨城                       |
| えのき茸       | 北海道 長野 新潟                         | ぶどう            | 清瀬 長野                          |
| エリンギ       | 長野 新潟                             | ブルーベリー         | 清瀬                             |
| かぶ         | 青森 千葉                             | 冷凍みかん          | 熊本                             |
| かぼちゃ       | 北海道                               | <b>米類</b>      |                                |
| キャベツ       | 清瀬 北海道 群馬 長野 山形                   | 米              | 北海道 青森 秋田 山形 埼玉 千葉 茨城 熊本 富山 福岡 |
| きゅうり       | 北海道 岩手 秋田 山形 群馬 埼玉                | もち米            | 秋田                             |
| 栗          | 熊本 長崎                             | <b>肉類・卵類</b>   |                                |
| ごぼう        | 青森 群馬                             | 鶏肉             | 北海道 岩手 宮城 宮崎                   |
| 小松菜        | 清瀬 東京 千葉 埼玉                       | 豚肉             | 青森 岩手 神奈川 栃木 群馬 宮崎             |
| さつまいも      | 千葉 島根                             | ウインナー          | 群馬 千葉                          |
| さといも       | 清瀬 千葉 宮崎 鹿児島                      | ベーコン           | 群馬 千葉                          |
| しめじ        | 長野                                | 焼き豚            | 群馬                             |
| じゃがいも      | 清瀬 北海道 長野                         | うずらの卵          | 静岡 愛知                          |
| 生姜         | 北海道 青森 埼玉 長野 高知 熊本                | 卵              | 千葉 宮城                          |
| セロリ        | 長野                                | <b>魚介類</b>     |                                |
| 大根         | 北海道 青森 群馬                         | いか             | ペルー                            |
| 玉ねぎ        | 北海道                               | きびなご           | 長崎                             |
| チンゲン菜      | 清瀬 東京 茨城 静岡                       | さごし            | 韓国                             |
| 冬瓜         | 清瀬                                | さば             | ノルウェー                          |
| トマト        | 北海道 青森 群馬 岐阜                      | さわら            | 韓国                             |
| なす         | 清瀬 岩手 栃木 茨城 群馬                    | さんま            | 北海道                            |
| にら         | 山形 栃木 茨城 群馬                       | ししゃも           | ノルウェー                          |
| 人参         | 北海道 青森                            | たら             | アメリカ                           |
| にんにく       | 北海道 青森 愛知                         | 真鯛             | 宮崎 三重                          |
| ねぎ         | 清瀬 北海道 青森 秋田 岩手 山形 茨城 長野 静岡 愛知 福岡 | 豆鮪             | 京都                             |
| 白菜         | 長野                                |                |                                |
| パセリ        | 茨城 千葉 長野 岐阜                       |                |                                |
| ピーマン       | 清瀬 茨城                             | <b>乳類・乳製品類</b> |                                |
| ほうれん草      | 清瀬 東京 埼玉 栃木                       | 牛乳             | 東京 群馬 山梨 岩手 青森 秋田 宮城 北海道       |
| まいたけ       | 長野 新潟                             | 生クリーム          | 北海道                            |
| 三つ葉        | 静岡                                | チーズ            | オーストラリア                        |
| もやし        | 栃木 群馬                             | バター            | 北海道                            |
| レモン        | 広島 宮崎                             | ヨーグルト          | 東京 群馬 山梨 岩手 青森 秋田 宮城 北海道       |